



**STATE OF WASHINGTON**  
*Olympia, Washington 98504*

Август 2009 г.

**Управляющий Отделом государственного образования и секретарь здравоохранения штата призывают семьи помочь предотвратить распространение вируса свиного гриппа H1N1**

Здоровье наших детей очень важно для всех нас. Вы, наверное, слышали о вирусе H1N1 (вирусе свиного гриппа), который впервые появился прошлой весной. Мы со всей серьезностью относимся к этой проблеме здравоохранения. Департамент здравоохранения штата Вашингтон (Washington State Department of Health), Отдел государственного образования (Office of Superintendent of Public Instruction), местные отделы здравоохранения и школьные округа штата объединили усилия в подготовке к возможному воздействию этого нового вида гриппа на семьи и школы.

Мы внимательно следим за этим новым видом вируса, поэтому мы готовы сделать все возможное, чтобы защитить здоровье людей. В начале учебного года мы хотим быть уверены, что родители и опекуны получили информацию, необходимую для понимания и подготовки к этому приближающемуся сезону гриппа.

Одна из важнейших мер, которые вы можете предпринять для того, чтобы остановить распространение микробов, – это оставлять детей дома, если они заболели. Ребенок не должен посещать школу не менее суток после того, как у него спала температура (без применения жаропонижающих препаратов).

**Что вы можете сделать, чтобы предотвратить грипп**

**Мойте руки:** часто мойте руки водой с мылом, особенно после кашля и чихания. Также эффективны очищающие средства для рук на основе спирта.

**Прикрывайте рот при кашле:** прикрывайте рот и нос платком, когда вы кашляете или чихаете. Если у вас нет платка, при кашле или чихании прикрывайтесь локтем или плечом, а не ладонями.

**Прививки против гриппа:** позаботьтесь о том, чтобы члены вашей семьи сделали прививку **как** от сезонного, **так** и от свиного гриппа H1N1 (когда вакцины будут в наличии).

## Составьте план

Спланируйте уход за ребенком дома на случай, если ваш ребенок заболел или занятия в школе будут отменены. Многие семьи по всей стране создают «кооперативы по уходу за детьми», объединяясь с друзьями и соседями. Надежные друзья и члены семьи объединяют усилия и совместно обеспечивают уход за больными детьми.

Если ваш ребенок страдает астмой или другим заболеванием, которое повышает риск заболевания гриппом, уже сейчас обсудите с вашим врачом, как защитить ребенка в сезон гриппа.

## Дополнительная информация

**Отдел государственного образования:** планирование мероприятий в школах и последняя информация об отмене занятий – <http://www.k12.wa.us/HealthServices/H1N1Flu.aspx>

**Управление здравоохранения штата Вашингтон:** медицинская информация о вирусе H1N1, включая последние данные, подробную информацию о симптомах, а также другие ресурсы на английском и других языках – <http://www.doh.wa.gov/swineflu/>

**Местные отделы здравоохранения:** чтобы получить информацию из вашего местного отдела здравоохранения – <http://www.doh.wa.gov/LHJMap/LHJMap.htm>

Мы надеемся, что эти советы помогут вам и членам вашей семьи остаться здоровыми в этом году!



Randy I. Dorn  
Управляющий Отделом государственного образования



Mary C. Selecky  
Секретарь здравоохранения штата Вашингтон

